

An jedem der beiden Wochenenden werden wir uns dem Thema von unterschiedlichen Seiten annähern – so ist es möglich, ein einzelnes Seminar oder vertiefend beide zu besuchen.

Wir bitten um die Überweisung der Kursgebühr von 180.-€ bzw. 330.-€ unter dem Stichwort „Innerer Künstler“ auf das Konto von

Annagret Kuwertz
BIC: FRSPDE 66 XXX
IBAN: DE 38 6805 0101 0013 3150 36 SK Freiburg

Kontakt:

Annagret Kuwertz, 0761 552897
annakuwertz@web.de www.annakuwertz.de
Volker Rausenberger: 07634 6943959
volker_rausenberger@yahoo.de

Das Kloster St.Trudpert liegt im schönen Münstertal. Inmitten dieser malerischen Landschaft bietet das Kloster mit seinen weitläufigen Anlagen und seiner friedvollen Atmosphäre einen geschützten Ort der Einkehr.

Abseits des Alltäglichen ermöglicht das Seminar an diesem Ort die ungestörte Aufmerksamkeit auf sich selbst und das Miteinander.

Einen Routenplaner finden Sie unter www.kloster-st-trudpert.de/gast-im-kloster/anfahrt/
Das Münstertal erreichen Sie mit öffentlichen Verkehrsmitteln wie z.B. der Bahn über Staufen. Gerne holen wir Sie auch von der Endhaltestelle Münstertal ab.

Der Weg des Inneren Künstlers

Seminare für musizierende Menschen

Leitung:
Annagret Kuwertz und Volker Rausenberger



10. – 12. Juli 2020
Wurzeln und Flügel

2. – 4. Oktober 2020
Flügel und Wurzeln

Kloster St. Trudpert 79244 Münstertal

Jeder Grashalm hat einen Engel, der sich über ihn beugt und ihm zuflüstert: „Wachse, wachse.“ Aus dem Talmud

Jeder kreative Ausdruck in einem Menschen hat seinen Ursprung in den eigenen Wurzeln: im Grund und Boden des eigenen Lebens, der für Halt und Sicherheit sorgt und die Basis bildet für alles, was lebendig ist - für das, was sich aufschwingen will ins frei werden für den eigenen schöpferischen Reichtum.

Wenn wir merken, dass wir immer wieder an Grenzen stoßen, uns unvollständig oder blockiert in der eigenen Kreativität fühlen, hat das oft mit mangelnder Wurzelbildung zu tun. Um dieses Grund-legende wird es uns gehen in diesen beiden Wochenenden.

Improvisation, das freie Spielen in Musik, steht im Mittelpunkt unserer Aktivitäten – und wird bereichert und durchdrungen von Erfahrungen in den weiteren menschlich-kreatürlichen Aktivitätsbereichen Bewegungen und Tanzen, Körperarbeit, Malen, Schreiben, gemeinsames Reflektieren und Austauschen - mit Herz, Hirn und Hand.

Wir eignen uns Innere Werkzeuge an, die uns helfen und befähigen, uns stärker verankern zu können in der eigenen Präsenz, im Jetzt. Wir lernen, natürliche und organische Gesetzmäßigkeiten, die uns tragen und uns dadurch Flügel wachsen lassen, bewusster zu erkennen und wirken zu lassen.

Im achtsamen Umgang mit uns selbst und den Anderen können wir uns tiefer kennenlernen und Räume begehen und erkunden, die bisher unerkannt oder verschlossen waren.

„Uns liegt am Herzen, die Komplexität des menschlichen Erlebens und Erschaffens immer tiefer zu erkunden und zu verstehen, und so wirksame Arbeitsweisen für die Entfaltung schöpferischen Potenzials zu entwickeln.“

Annagret Kuwertz und Volker Rausenberger



Annagret Kuwertz
Rhythmikerin,
Körpertherapeutin,
TraumaExpertin

In eigener Praxis begleitet sie seit über 40 Jahren MusikerInnen individuell und im Ensemble in Fragen von Blockaden, Spielhemmungen und Konflikten, sowie Menschen in Lebenskrisen. Sie unterstützt die Entwicklung eigener kreativer Lebensführung und die Entfaltung individuellen Ausdrucks.



Volker Rausenberger
Musiker,
Pädagoge,
Dirigent

Lehrer an der Musikschule Freiburg, künstlerischer Leiter des Freiburger Akkordeon Orchesters und Dozent in der musikalischen Fortbildung. Spielend, improvisierend und arrangierend begleitet er Menschen jeglichen Alters auf dem Weg zu und mit ihrer Musik.

Daten und Kosten:

Jeweils von Freitag 17 Uhr bis Sonntag 14 Uhr

Kursgebühr: 180.-€ per Kontoüberweisung
Ratenzahlung möglich.

Unterkunft und Vollverpflegung: 125.-€ im EZ,
mit fl. Wasser, Dusche und WC auf der Etage.

Bezahlung bar/EC-Karte direkt im Haus.

Wir bitten um Anmeldung bis 15. 6. bzw. 1. 9. 2020.

Kursanmeldung:

Wurzeln und Flügel

10. – 12. Juli 2020

hier ankreuzen

Flügel und Wurzeln

2. – 4. Oktober 2020

hier ankreuzen

Bei Belegung beider Seminare erfolgt
eine Ermäßigung von 30€

Name _____

Vorname: _____

Adresse: _____

PLZ: _____ Ort: _____

Tel./Mobil: _____

E-Mail: _____

Datum, Ort: _____

Unterschrift: _____

Nach Eingang ihrer Anmeldung (bis 15. 6. bzw. 1. 9.)
erhalten Sie eine Anmeldebestätigung.

Mit Eingang der Kursgebühr gilt ihre Anmeldung als
verbindlich.